

VU Research Portal

A genetically informative study of addictive behaviour with a focus on smoking

Treur, J.L.

2016

document version

Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link to publication in VU Research Portal](#)

citation for published version (APA)

Treur, J. L. (2016). *A genetically informative study of addictive behaviour with a focus on smoking*. [PhD-Thesis - Research and graduation internal, Vrije Universiteit Amsterdam].

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal ?

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

E-mail address:

vuresearchportal.ub@vu.nl

Appendices.



Appendices

APPENDIX I	Items and scales included in NTR survey 10
APPENDIX II	Invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-O
APPENDIX III	Brochure with information on NTR survey 10, accompanying the invitation letter
APPENDIX IV	Thank you card
APPENDIX V	Reminder card
APPENDIX VI	Invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-S
APPENDIX VII	E-mail inviting participants to complete NTR survey 10-S
APPENDIX VIII	Follow-up invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-S
APPENDIX IX	Example report NTR portal

APPENDIX I Items and scales included in NTR survey 10

Survey 10-O (developed for 65+ population)

A	Biographical information	First name – gender – date of birth – role within the family ('twin', 'triplet', 'quadruplet', 'partner of multiple', 'full brother/sister of multiple', 'half-brother/-sister of multiple with the same mother', 'half-brother/sister of multiple with the same father', 'adoptive/foster/step brother/sister of multiple', 'biological parent of multiple', 'biological child of multiple', 'other, namely...').
B	Family situation	Number of biological/non-biological children – Number of biological/non-biological grandchildren - marital status ('never been married/in a stable relationship', 'married/in a stable relationship since...[date]', 'widow/widower since...[date]', 'divorced/broken relationship since...[date]', 'different, namely...') – if applicable: birth date and gender of partner – living situation ('alone' and/or 'with partner' and/or 'with child(ren)' and/or 'with twin sister/brother' and/or 'in an assisted living situation' and/or 'in a nursing home' and/or 'different, namely...')*. * based on Netherlands Kinship Panel Study (293)
C	Coffee and tea	Number of servings per day (when consumed daily) or per week (when consumed weekly) of the following beverages; coffee with caffeine, coffee without caffeine, espresso, black tea, green tea, herbal tea. When consumed rarely or never this could be indicated with 'I rarely/never consume this beverage' – takes sugar/sweeteners in coffee/tea ('yes, always', 'sometimes', 'no, never', 'not applicable')
D	Other drinks	Number of consumptions per day (when consumed daily) or per week (when consumed weekly) of the following drinks; diet coke with caffeine, normal coke with caffeine, diet coke without caffeine, normal coke without caffeine, diet soda, normal soda, diet fruit juice, fruit juice, diet energy drink with caffeine, energy drink with caffeine, diet energy shot with caffeine, energy shot with caffeine, sports drink without caffeine, chocolate milk (hot and cold), milk/butter milk/yoghurt drink, mineral or tap water, different, namely..., When consumed almost never possible to answer with 'I don't consume this drink regularly'.
E	Alcohol use	Alcohol initiation ('no', 'yes, a few times to try', 'yes') – if applicable: frequency of alcohol use in the past year ('never', 'monthly or less', '2-4 times per month', '2-3 times per week', '4-5 times per week', '6 times per week or daily') – number of glasses of beer/wine/liquor per week on average in the past year – reason for not drinking ('health reasons', 'religious beliefs', 'don't like alcohol', 'other, namely...')

F	Sport and exercise	Types of sport: name of sport, number of years played, number of months played per year, number of times per week and amount of minutes per time – Types of hobbies: name of hobby, number of times per week – how many hours and minutes do you cycle in an average week – how many hours and minutes do you go out for a walk in a normal week.
G	Questions for women	Age at onset menopause – how did menopause start ('naturally', 'artificially', 'I don't know') – urinary incontinence on a bar going from 1 till 10 (1 representing never and 10 always).
H	Health	How is your health ('poor', 'fair', 'reasonable', 'good', 'excellent') – memory problems ('no', 'sometimes, but it is not a problem', 'yes and it is a problem', 'yes and it is a serious problem') – length (in centimeters) and weight (in kilograms) – use of sedatives / tranquilizers ('no', 'yes, on doctor's prescription', 'yes, not on doctor's prescription') – ever needed help from a physical or manual therapist? ('never', 'yes, in the past, but not now', 'yes, now') – ever needed help from social work a mental health institution or a psychologist? ('never', 'yes, in the past, but not now', 'yes, now') – list of current conditions (diagnosed by a physician) accompanied by any prescription medicine taken for this condition – list of past conditions
I	Wellbeing - 1	Quality of life on a bar going from 1 till 10 (1 being the worst life you can imagine and 10 the best) – how often do you feel that you miss company ('almost never', 'sometimes', 'often') – how often do you feel excluded ('almost never', 'sometimes', 'often') – how often do you feel isolated from others ('almost never', 'sometimes', 'often')* amount of financial stress in the past year ('none/little', 'moderate', 'a lot') * Loneliness scale (294)
J	Smoking	Smoking initiation ('no', 'yes, a few times to try', 'yes') – current smoking frequency and quantity ('never been a regular smoker', 'used to smoke but quit', 'once a week or less', 'several times a week, not every day'→ number of cigarettes per week', 'daily'→number of cigarettes per day') – type of smoking material ('cigarettes, sometimes in combination with cigars/pipe tobacco', 'only cigars/pipe tobacco') – did your father /mother smoke? ('no', 'yes', 'I don't know').
K	Religion	Religious upbringing 'yes', 'no' – active member of a religious community at this moment ('no, I'm not religious', 'I am religious, but not actively involved in a community', 'yes, I am actively involved') – what is your religion.
L	Wellbeing – 2	Older Adult Self-Report adapted for ages 65+ (OASR (59)); 123 items, subscales: Internalizing (Anxious/Depressed, Withdrawn, Somatic Complaints), Externalizing (Aggressive Behaviour, Rule Breaking Behaviour, Intrusive) Thought Problems, Attention problems, answer categories: 'not at all', 'somewhat/sometimes', 'very much so/often'.

M	Remarks	Do you have a handicap, illness or injury that limits you in your daily life? ('no', 'yes, specification...') – have you experienced a special period in your life which caused you to answer the questions in this survey differently from what you would do normally (for example due to illness) 'no', 'yes, namely...' – room for comments about the survey
----------	----------------	---

Survey 10-S ('standard', complete version of survey 10)

A	Biographical information	First name – gender – date of birth – role within the family ('twin', 'triplet', 'quadruplet', 'partner of multiple', 'full brother/sister of multiple', 'half-brother/-sister of multiple with the same mother', 'half-brother/sister of multiple with the same father', 'adoptive/foster/step brother/sister of multiple', 'biological parent of multiple', 'biological child of multiple', 'other, namely...').
B	Family situation	Birth date of parents - number of full/half/non-biological brothers/sisters – number of biological/non-biological children – marital status ('never been married/in a stable relationship', 'married/partnership/relationship equivalent to marriage since...[date]', 'widow/widower since...[date]', 'divorced/ended relationship since...[date]', 'other, namely...') – <i>if applicable</i> : duration of stable relationship (in years and months) – <i>if applicable</i> : gender, birth date and birth country of partner – <i>if applicable</i> : partner is a multiple 'yes', 'no' – living situation ('I live alone' and/or 'I live with my partner/husband/wife' and/or 'I live with my child(ren)' and/or 'I live with my twin sister/brother' and/or 'I live with parents' and/or 'other, namely...')*. *Based on Netherlands Kinship Panel Study (293)
C	Coffee and tea	Number of servings per day (when consumed daily) or per week (when consumed weekly) of the following beverages; coffee with caffeine, coffee without caffeine, espresso, black tea, green tea, herbal tea. When consumed rarely or never this could be indicated with 'I rarely/never consume this beverage' – takes sugar/sweeteners in coffee/tea ('yes, always', 'sometimes', 'no, never', 'not applicable')
D	Other drinks	Number of servings per day (when consumed daily) or per week (when consumed weekly) of the following beverages; diet coke with caffeine, regular coke with caffeine, diet coke without caffeine, regular coke without caffeine, diet carbonated soft drink, regular carbonated soft drink, diet fruit juice/fruit drink, regular fruit juice/fruit drink, diet energy drink with caffeine, regular energy drink with caffeine, diet energy shot with caffeine, regular energy shot with caffeine, sports drink without caffeine, chocolate milk (hot and cold), milk/butter milk/yoghurt drink, mineral/tap water, other, namely... When consumed rarely or never this can be indicated with 'I rarely/never consume this beverage'.

E Alcohol use	<p>Alcohol initiation ('no', 'a few times, just to try', 'yes') – if applicable: age at first alcoholic drink – age at onset regular drinking – frequency of alcohol use in the past year ('not at all', 'once every month or less', '2-4 times a month', '2-3 times a week', '4-5 times a week', '6 times per week or daily') – number of glasses of beer/wine/spirits a week on average in the past year – number of days a week that you drank 1 or more glasses of alcohol in the past year ('0 days', '1 day', '2 days', '3 days', '4 days', '5 days', '6 days', '7 days')† – maximum number of glasses of alcohol you drank within a 24-hour period in the past year – 6 questions on problems related to alcohol use in the past year, answered with 'never', 'less than once a month', 'every month', 'every week' or '(almost) every day' (not being able to stop drinking once started, failed to do what was normally expected from you because of drinking, needing a first drink in the morning to get yourself going, not being able to remember what happened the night before because of drinking, number of times having had six or more drinks on one occasion, feeling guilt or remorse about your drinking)* – 5 questions on problems related to alcohol over your entire life, answered with 'no', 'yes, not in the past year', 'yes, in the past year' (other people being concerned about your drinking behaviour* **, you or someone else being injured as a result of your drinking*, feeling guilty about your drinking habits**, having the feeling you should cut down on drinking**, ever drank after getting up in the morning to calm down your nerves**).</p> <p>*AUDIT: The Alcohol Use Disorder Identification test (197)</p> <p>**CAGE: Cutting down, Annoyance by criticism, Guilty feelings, Eye-openers (295)</p>
F Mood	<p>Personality Assessment Inventory-Borderline Features Scale (PAI-BOR (296)): 24 items, subscales: Affective Instability, Identity Disturbance, Negative Relationships, Self-Harm, answered with 'not at all true', 'somewhat true', 'mostly true' or 'very true'.</p>
G Smoking	<p>Exposure to cigarette smoke in any of the following situations, and if so, how many years; at home when you were a child (until age 18)/at home as an adult/in other situations, namely... – did your mother smoke when she was expecting you? ('no', 'yes', 'I don't know') – smoking habits of your father, mother and/or partner ('non-smoker', 'ex-smoker', 'smokes now and again', 'smokes 1-10 cigarettes a day', 'smokes 10 or more cigarettes a day', 'I don't know', 'not applicable') - smoking initiation ('no', 'a few times, just to try', 'yes') – if applicable: type of smoking ('cigarettes, at times in combination with cigars/pipe tobacco', 'only cigars/pipe tobacco') – age at smoking initiation – current smoking frequency and quantity ('I've never been a regular smoker', 'I used to smoke but I quit', 'I smoke once a week or less', 'I smoke several times a week, not every day'→number of cigarettes per week, 'I smoke every day'→number of cigarettes per day) – age at onset regular smoking</p>

	<p>– total number of years smoked – number of serious attempts to quit smoking – use of nicotine replacements such as nicotine patches or gum when trying to quit ('no, never', 'yes, once or several times') – former smokers: time since smoking cessation (in days/weeks/months or years) – smokers & former smokers, period of most heavy smoking: quantity of cigarettes smoked on average a day – time between awakening and lighting first cigarette ('within 5 minutes', 'after 6-30 minutes', 'after 31-60 minutes', 'after more than 60 minutes') – difficulty to refrain from smoking in places where smoking is prohibited (e.g. train, plane, school, hospital) 'no', 'yes' – cigarette you would find hardest to give up 'first one in the morning', 'another one' – smoked more in the morning than during the rest of the day 'no', 'yes' – smoking when you were ill and spent the greater part of the day in bed 'no', 'yes'*. * FTND: Fagerström Test for Nicotine Dependence, 6 items, sum scores range between 0-10 (19)</p>
H Sport and exercise	<p>Participates in sports regularly 'yes', 'no' – if applicable: name(s) of sport, number of years played, number of months played per year, number of times per week and amount of minutes per time – how good are you at sports, ranging from 0 'not good at all' to 8 'very good' – how many hours and minutes do you cycle in an average week – how many hours and minutes do you walk/have a walk in a normal week.</p>
I Substance use	<p>Ever experimented with cannabis (hash/marijuana) 'yes', 'no' – if applicable: age at first use – number of times using cannabis in whole life ('1-2 times', '3-5 times', '6-10 times', '11-19 times', '20-39 times', '40 times or more') – frequency of cannabis use in period of most heavy use ('monthly or less', '2-4 times per month', '2-3 times per week', '4-5 times per week', '6 times per week or daily') – age in period of most heavy use – cannabis use in past year ('no', 'yes, incidental', 'yes, regular') – reason for cannabis use 'for pleasure', 'medicinal'. Ever tried any of the following substances: electronic cigarette with nicotine, water pipe (shisha/hookah), ecstasy, cocaine, amphetamine, ketamine, GHB, hallucinogenic mushrooms, opiates – if applicable: how old were you when you used for the first time, did you use in the past year and if yes, how many times in the past year.</p>
J Self-assessment	<p>60 items on the subscales extraversion, neuroticism, agreeableness, conscientiousness & openness. Answer categories: 'disagree completely', 'disagree', 'neutral', 'agree', 'agree completely'*. *NEO five factor inventory (297)</p>
K Health	<p>How is your health ('poor', 'fair', 'reasonable', 'good', 'excellent') – length (in centimeters) and weight (in kilograms) – use of sedatives / tranquilizers ('no', 'yes, on doctor's prescription', 'yes, not on doctor's prescription') – memory problems ('no', 'sometimes, but it is not a problem', 'yes and it is a problem', 'yes and it is a serious</p>

	<p>problem') – ever needed help from a physical or manual therapist? ('never', 'yes, in the past, but not now', 'yes, now') – ever needed help from social work a mental health institution or a psychologist? ('never', 'yes, in the past, but not now', 'yes, now') – list of current diseases/conditions – prescription medicine taken for current diseases/conditions, how often used and since when – list of past conditions – do you ever get headaches ('no, never', 'yes', 'I used to, but not any more') – frequency of headaches ('once a year or less', 'several times a year', 'about once a month', 'several times a month', 'about once a week', 'several times a week', 'almost continuously') – length of headaches ('shorter than 4 hours', '4 hours till 1 day', '1 to 3 days', 'longer than 3 days', 'it varies', 'almost continuously') – how often did you have mediocre or severe headache in your whole life ('0-4 times', '5-10 times', '11 times or more') – during the headaches, do you suffer from 'hypersensitivity to light', 'hypersensitivity to noise', 'nausea and/ or vomiting' ('yes', 'no') – how severe is the headache during most of the attacks ('light', 'mediocre', 'heavy') – aggravation of the headache by physical exercise 'yes', 'no' – is the headache usually on one side of the head 'yes', 'no' – specification of the type of headache ('throbbing or pounding', 'stabbing, pressing or pinching', 'different, namely...') – in the past year, did you suffer from back pain, neck pain, headache (no migraine), migraine, pain in abdomen or stomach, pain in joints of arms/hands/legs/feet, chest pain, toothache, pain in your face, pain somewhere else, namely... ('no', 'yes, once in a while', 'yes, a large portion of the time').</p>
L Education and occupation	<p>Highest level of education of self, mother, father and partner (if any) on a scale ranging from 1 'elementary school' to 9 'post-graduate degree or PhD degree' – diploma /degree attained (self, mother, father and partner (if any), 'yes', 'no') – total number of years of education after elementary school – current occupation and current occupation partner ('paid work ... hours per week', 'volunteer work ... hours per week', 'student', 'stay-at-home mother/father, since ... (year)', 'unemployed/seeking work, since... (year)', 'retired, since... (year)', 'disabled/unfit for work, since ... (year)', 'other, namely...')*†</p> <p>*Question based on Netherlands Kinship Panel Study (293)</p>
M Attention	<p>12 items on attention. Answer categories: 'never', 'once in a while', 'often', 'very often'*</p> <p>*CAARS index (233)</p>
N Questions for women	<p>Pill/other use of hormonal contraception ('no', 'yes, I used to', 'yes, now') – if applicable: number of years using hormonal contraception – menopause started ('no', 'yes, naturally', 'yes, induced', 'I don't know') - if applicable: age at onset menopause – ever had a postnatal depression after pregnancy ('no', 'yes', 'not applicable') – ever suffered from striae during pregnancy ('no', 'yes', 'not applicable') – ever been diagnosed with endometriosis 'no',</p>

	<p>'yes' – did you undergo surgery for endometriosis – female twin pairs: who started menstruating first ('I did', 'my co-multiple/twin sister; triplet/quadruplet: name', 'I don't know/not applicable') – who reached menopause first ('I did', 'my co-multiple/twin sister; triplet/quadruplet: name', 'I don't know/not applicable').</p>
O Wellbeing and stress - 1	<p>Quality of life on a bar going from 1 till 10 (1 being the worst life you can imagine and 10 the best) – frequency of stress at home in the past year ('never', 'once in a while', 'regularly', 'constant') – frequency of stress at work over past year (('never', 'once in a while', 'regularly', 'constant', 'not applicable') – satisfaction with own income ('dissatisfied', 'somewhat dissatisfied', 'not dissatisfied/not satisfied', 'somewhat satisfied', 'satisfied') – satisfaction with family income ('dissatisfied', 'somewhat dissatisfied', 'not dissatisfied/not satisfied', 'somewhat satisfied', 'satisfied') – amount of financial stress in the past year ('none/little', 'moderate', 'a lot') – answering 'strongly agree', 'agree', 'slightly agree', 'neither agree nor disagree', 'slightly disagree', 'disagree', 'strongly disagree', on the following questions; In most ways my life is close to my ideal - The conditions of my life are excellent – I am satisfied with my life – So far I have gotten the important things I want in life – I could live my life over, I would change almost nothing* - how often do you feel that you miss company ('almost never', 'sometimes', 'often') – how often do you feel excluded ('almost never', 'sometimes', 'often') – how often do you feel isolated from others ('almost never', 'sometimes', 'often').**</p> <p>* Life satisfaction (298)</p> <p>** Loneliness scale (294)</p>
P Religion	<p>Religious upbringing 'yes', 'no' – active member of a religious community at this moment ('no, I'm not religious', 'I am religious, but not actively involved in a religious community', 'yes, I am actively involved') – what is your religion.</p>
Q Wellbeing - 2	<p>Adult self-report (the ASR(299)) ; 123 items, subscales: Internalizing (Anxious/Depressed, Withdrawn, Somatic Complaints), Externalizing (Aggressive Behaviour, Rule Breaking Behaviour, Intrusive) Thought Problems, Attention problems, answer categories: 'not at all', 'somewhat/sometimes', 'very much so/often'.</p>
R Remarks	<p>Have you experienced a special period in your life which caused you to answer the questions in this survey differently from what you would do normally (for example due to illness) 'no', 'yes, namely...' – room for comments about the survey.</p>
S Questions for twins	<p>Birth order ('firstborn', 'second born', 'I don't know') – twin brother/sister alive 'yes', 'no, age of death' – twin brother or sister – similarity to your twin as a kid as to face, hair color, skin tone and eye color ('not', 'somewhat', 'exactly', 'n.a.') – were you and your twin a spitting image as kids ('no', 'yes', 'n.a.') – were you and your twin sometimes confused by your parents ('no', 'yes', 'n.a.') - were you and your twin sometimes confused by other family members</p>

	(‘no’, ‘yes’, ‘n.a.’) – did strangers find it hard to keep you apart (‘no’, ‘yes’, ‘n.a.’) – are there big differences between you and your twin which surprise people in your surroundings (for example medical conditions or striking physical differences).
T Questions for triplets	Birth order – names of all members of the triplet – gender of all members of the triplet – triplet brother/sister alive ‘yes’, ‘no, age of death’ – similarity to your triplet as a kid as to face, hair color, skin tone and eye color (‘not’, ‘somewhat’, ‘exactly’, ‘not applicable’) – were you and your triplet a spitting image as kids (‘no’, ‘yes’, ‘not applicable’) – were you and your twin sometimes confused by your parents (‘no’, ‘yes’, ‘not applicable’) - were you and your triplet sometimes confused by other family members (‘no’, ‘yes’, ‘not applicable’) – did strangers find it hard to keep you apart (‘no’, ‘yes’, ‘not applicable’) – are there big differences between you and your triplet which surprise people in your surroundings (for example medical conditions or striking physical differences).

The online version of this survey was tailored in such a way that certain questions were skipped based on three color codes. The questions that could be skipped are indicated in the table in different shades of grey; color code blue = survey 8 and/or the introductory (basislijst) survey was completed, color code green = survey 8 was completed, color code red = survey 9 was completed †question only included in batch 2 of survey 10-S

APPENDIX II Invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-O



DATUM
Mei 2013

ONS KENMERK
Anrijst10

WEBSITE:
www.tweelingenregister.org/lijst10

E-MAIL
VragenlijstNTR10@vu.nl

TELEFOON
020 598 8792

FAX
020 598 8832

BIJLAGE(N)
Folder, vragenlijst(en),
antwoordenveloppe(n)

Geachte heer/mevrouw xxxxx,

Namens het Nederlands Tweelingen Register (NTR), nodigen wij u hierbij van harte uit voor het invullen van de nieuwste **vragenlijst** in het langlopende onderzoek onder volwassen tweelingen en hun familieleden. De vragenlijst is dit keer wat korter dan u van ons gewend bent. Het deel over gedrag is speciaal ontwikkeld voor een **oudere doelgroep**.

Met het invullen van deze vragenlijst levert u een belangrijke bijdrage aan medisch wetenschappelijk onderzoek bij ouderen. Uw gegevens zijn strikt persoonlijk. Het NTR gaat vanzelfsprekend zeer zorgvuldig om met uw vertrouwelijke gegevens.

Bij voorbaat hartelijk dank voor uw bijdrage aan het onderzoek! De ingevulde vragenlijst kunt u (zonder postzegel) naar ons terugsturen in de bijgevoegde antwoordenvelop.

Met vriendelijke groet, namens het NTR-team,

Three handwritten signatures in blue ink, corresponding to the names listed below.

Drs. Jorien Treur - Dr. Jacqueline Vink - Prof. Dr. Dorret Boomsma

FACULTEIT DER PSYCHOLOGIE EN PEDAGOGIEK

BEZOEKADRES
Van der Boechorststraat 1
1081 BT Amsterdam

POSTADRES
Van der Boechorststraat 1
1081 BT Amsterdam

APPENDIX III Brochure with information on NTR survey 10, accompanying the invitation letter

Wij krijgen vaak de vraag of mensen hun persoonlijke score kunnen krijgen. Wij bouwen daarom een 'portal' waarmee u in de toekomst kunt inloggen op uw eigen NTR-pagina en onder andere de scores kunt bekijken van bepaalde onderdelen uit de vragenlijst. Uw gegevens worden uiteraard zorgvuldig verwerkt. Wij bewaren persoonlijke gegevens (zoals naam en e-mailadres) apart van uw antwoorden op de vragenlijst. De onderzoeksresultaten zijn alleen toegankelijk voor onderzoekers en worden gebruikt in eigen NTR-onderzoeken en in samenwerkingen met collega-onderzoekers.





Het onderzoeksteam



Contact

Meer informatie over ons onderzoek vindt u op: www.tweelingenregister.org/lijst10

Indien u vragen heeft kunt u op maandag t/m vrijdag van 09.00-17.00 uur contact opnemen met Jorien Treur via: telefoonnummer 020-588 8792 e-mail: VragenlijstNTR10@vu.nl

Indien u vragen heeft die u liever niet aan de onderzoeker zelf stelt is het mogelijk om een onafhankelijke arts te raadplegen: Dr. Nils Lambalk, telefoonnummer: 020-444 0070.

Volg ons ook op Facebook en Twitter: www.facebook.com/NederlandsTweelingenRegister www.twitter.com/NTR_VU

Waarom verschillen mensen van elkaar wat betreft hun gezondheid, leefgewoonten en persoonlijkheid?







“Ruim 25 jaar onderzoek levert veel inzicht! Blijven doorgaan...”

Het Nederlands Tweelingen Register is in 1987 opgericht voor het doen van medisch-wetenschappelijk onderzoek. Er is in 25 jaar tijd veel ontdekt en er zijn nieuwe interessante inzichten verkregen. Wat onveranderd is gebleven is de centrale vraag: waarom verschillen mensen van elkaar wat betreft hun gezondheid, leefgewoonten en persoonlijkheid? Komt dit door erfelijke aanleg of juist door de omgeving of een combinatie van allebei?

Top-50 met interessante bevindingen & weetjes

In een kwart eeuw zijn baanbrekende onderzoeksresultaten behaald! Zo hebben de onderzoekers bij tweelingfamilies aan de basis gestaan van veel opmerkelijke resultaten. Dit geldt bijvoorbeeld voor de vondst van genetische varianten. Uit gegevens van vragenlijsten is duidelijk geworden dat maar liefst 70% van de verschillen tussen mensen in lichaamsgewicht en overgewicht een genetische oorzaak heeft. Vervolgens werden deze gegevens over lichaamsgewicht gekoppeld aan informatie over DNA-varianten. Het resultaat? Er zijn verschillende genen gevonden die lichaamsgewicht en in het bijzonder het ontwikkelen van overgewicht kunnen beïnvloeden.

Bereid u nu nog meer interessante bevindingen & weetjes? Kijk voor de onderwerpen eens op: www.tweelingenregister.org/25jaarntr/25-jaar-ntr-onderzoek

Lijkt uw broer, zus, partner of kind op u?

In dit onderzoek stellen wij vragen over leefgewoonten zoals sporten, roken, alcoholgebruik en het gebruik van cafeïne en gaan we na in hoeverre deze leefgewoonten samengaan met persoonlijkheid en gezondheid. In welke mate speelt erfelijke aanleg bij dit alles een rol? Daarom vergelijken we de antwoorden van familieleden. Ook de omgeving kan een belangrijke rol spelen en er is aandacht voor de interactie tussen genen en omgeving. Als u al vaker medeed ziet u dat u deels dezelfde vragen krijgt als eerder. Dat stelt ons in staat om te kijken naar veranderingen tijdens de levensloop. Gaan mensen meer of minder drinken, roken of sporten als ze ouder worden? En zijn deze leefgewoonten voorspellend voor gezondheid op latere leeftijd?

Spelen erfelijke factoren hierbij een rol? De online vragenlijst hebben we zo flexibel mogelijk gemaakt. Als u antwoordt dat u niet rookt krijgt u uiteraard geen vervolgvragen over het aantal sigaretten dat u rookt. Uiteraard kunt u op elk moment stoppen (de antwoorden worden dan opgeslagen) en op een later tijdstip verder gaan.




Wie worden uitgenodigd?

Alle NTR-deelnemers van 18 jaar en ouder, zowel meerlingen als hun ouders, broers/zussen en levenspartner. Als u een meerling bent en uw familieleden hebben zelf geen vragenlijst ontvangen, dan kunnen zij zich aanmelden op: www.tweelingenregister.org/ contact/aanmelden/familie-van-meerling

Als ouder van een tweeling ontvangt u mogelijk voor het eerst een vragenlijst over uzelf, in plaats van over uw kinderen. Als niet alleen meerlingen maar ook familieleden meedoen aan onderzoek, kunnen wij nog beter inzicht krijgen waarom mensen van elkaar verschillen wat betreft leefgewoonten (komt dat door genen of door omgeving?). Ook als u geen familie heeft die mee wil doen met het onderzoek is uw bijdrage heel waardevol voor ons.

APPENDIX IV Thank you card



Hartelijk dank voor uw deelname!

Wij stellen het zeer op prijs dat u heeft meegedaan aan het vragenlijst onderzoek naar gezondheid en leefgewoonten. U levert hiermee een belangrijke bijdrage aan medisch-wetenschappelijk onderzoek!

Namens het NTR-team,

**Drs. Jorien Treur, Dr. Jacqueline Vink
& Prof. Dr. Dorret Boomsma**

Nederlands Tweelingen Register | Tel. 020-598 8787 | Email VragenlijstNTR10@vu.nl

Port Betaald
Port Payé
Pays-Bas





Wij hebben uw vragenlijst nog niet ontvangen

Wij hopen dat u alsnog bereid bent om aan ons onderzoek mee te werken? U levert daarmee een belangrijke bijdrage aan medisch-wetenschap onderzoek! Als u de vragenlijst ondertussen al heeft ingevuld en teruggestuurd kunt u deze herinnering als niet verstuurd beschouwen en willen wij u hartelijk bedanken. Als u de vragenlijst niet (meer) heeft kunt u contact met ons opnemen via email of telefoon en dan sturen wij u graag een (nieuwe) vragenlijst toe.

Namens het NTR-team,

**Drs. Jorien Treur, Dr. Jacqueline Vink
& Prof. Dr. Dorret Boomsma**

Nederlands Tweelingen Register | Tel. 020-598 8787 | Email VragenlijstNTR10@vu.nl

Port Betaald
Port Payé
Pays-Bas



APPENDIX VI Invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-S



DATUM	ONS KENMERK	WEBSITE:	
Oktober 2013	Antrijst10	www.tweelingenregister.org/liist10	
E-MAIL	TELEFOON	FAX	BIJLAGEN
VragenlijstNTR10@vu.nl	020 598 8792	020 598 8832	Folder

Geachte heer/mevrouw XXXXX,

Namens het Nederlands Tweelingen Register (NTR) nodigen wij u hierbij van harte uit voor het invullen van de nieuwste **online vragenlijst** in het langlopende onderzoek onder volwassen tweelingen en hun familieleden.

De vragenlijst staat op www.tweelingenregister.org/liist10 en u kunt inloggen met de volgende gegevens:

Gebruikersnaam: XXXXX
Wachtwoord: XXXXX

De online vragenlijst hebben we zo **flexibel** mogelijk gemaakt. Als u bijvoorbeeld antwoordt dat u niet rookt krijgt u uiteraard geen vervolgvragen over het aantal sigaretten dat u rookt. En als u enkele jaren geleden al heeft meegedaan krijgt u niet alle vragen opnieuw. Met het invullen van deze vragenlijst levert u een belangrijke bijdrage aan **medisch-wetenschappelijk onderzoek**.

Meer over ons onderzoek leest u in bijgesloten **folder**. Wij stellen het zeer op prijs als u de online vragenlijst wilt invullen vóór xxxxx. Vult u de vragenlijst liever op papier in? Als u op xxxxx de vragenlijst nog niet online hebt ingevuld dan sturen wij u automatisch een papieren versie toe, hier hoeft u verder niets voor te doen.

Bij voorbaat hartelijk dank voor uw bijdrage aan het onderzoek!
Met vriendelijke groet, namens het NTR-team,

Three handwritten signatures in blue ink, corresponding to the names listed below.

Drs. Jorien Treur - Dr. Jacqueline Vink - Prof. dr. Dorret Boomsma

FACULTEIT DER PSYCHOLOGIE EN PEDAGOGIEK

BEZOEKADRES
Van der Boechorststraat 1
1081 BT Amsterdam

POSTADRES
Van der Boechorststraat 1
1081 BT Amsterdam

APPENDIX VII E-mail inviting participants to complete NTR survey 10-S

Geachte heer/mevrouw xxxxx,

Afgelopen week heeft u per post een uitnodigingsbrief van het Nederlands Tweelingen Register ontvangen voor de nieuwste (online) vragenlijst.
Wij zouden het zeer op prijs stellen als u deze vragenlijst wilt invullen!

Om het u gemakkelijk te maken sturen we u de link naar de vragenlijst en uw inloggegevens ook per e-mail toe. Klik op www.tweelingenregister.org/lijt10 om naar de vragenlijst te gaan, en vul uw login gegevens in:
Gebruikersnaam: xxxxx
Wachtwoord: xxxxx

Wij stellen het zeer op prijs als u de online vragenlijst wilt invullen vóór xxxxx. Het invullen neemt ongeveer 25 tot 45 minuten in beslag, en kan het beste op een PC, laptop of tablet gedaan worden (vanwege de lengte is de online vragenlijst wat minder geschikt voor mobiele telefoon).
Vult u de vragenlijst liever op papier in? Als u op xxxxx de vragenlijst nog niet online heeft ingevuld dan sturen wij u automatisch een papieren versie toe, hier hoeft u verder niets voor te doen.

Als u de uitnodigingsbrief (met meer informatie en een folder over het onderzoek) niet per post ontvangen heeft, horen we het graag van u via VragenlijstNTR10@vu.nl. Hier kunt u natuurlijk ook naar toe mailen met overige vragen over dit onderzoek.

Alvast hartelijk dank voor uw deelname!

Met vriendelijke groet,

Namens het Nederlands Tweelingen Register,
Jorien Treur

Jorien Treur MSc | PhD student
Dept. of Biological Psychology



T: (020) 598 3037 | E-mail: j.l.treur@vu.nl | Room: TR 2B-13
Van der Boerhorststraat 1, 1081 BT Amsterdam, The Netherlands

APPENDIX VIII Follow-up invitation letter inviting participants to complete NTR survey 10-S



**VRIJE
UNIVERSITEIT
AMSTERDAM**



**Nederlands
Tweelingen
Register**

DATUM December 2013	ONS KENMERK Anrijst10	WEBSITE: www.tweelingenregister.org/liist10	
E-MAIL VragenlijstNTR10@vu.nl	TELEFOON 020 598 8792	FAX 020 598 8832	BIJLAGE(N) vragenlijst, antwoordenvolp

Geachte heer/mevrouw XXXXX,

Hierbij ontvangt u van ons de nieuwste vragenlijst in het langlopende vragenlijstonderzoek van het Nederlands Tweelingen Register. Wij hopen van harte dat u wilt deelnemen aan ons onderzoek.

Een aantal weken geleden hebben wij u een uitnodiging gestuurd om deze vragenlijst **online** in te vullen. Omdat veel mensen het prettiger vinden om de lijst op papier in te vullen sturen wij u nu een **papieren** versie toe. De ingevulde vragenlijst kunt u (zonder postzegel) naar ons terugsturen in de bijgevoegde antwoordenvolp.

Wanneer u deze vragenlijst toch liever online wilt invullen kan dit natuurlijk ook nog steeds. De vragenlijst staat voor u klaar op www.tweelingenregister.org/liist10 en voor de zekerheid sturen wij u nog een keer uw inloggegevens:

Gebruikersnaam: xxxxx
 Wachtwoord: xxxxx

Als u de vragenlijst inmiddels al online hebt ingevuld, danken wij u heel hartelijk voor uw deelname en kunt u deze brief als niet verzonden beschouwen.

Op onze website www.tweelingenregister.org/liist10 staat extra achtergrondinformatie over het onderzoek, inclusief een pdf van de folder die u vorige keer heeft ontvangen. Wanneer u vragen heeft dan kunt u natuurlijk contact met ons opnemen per telefoon (020-598 8792) of per e-mail: VragenlijstNTR10@vu.nl

Met het invullen van deze vragenlijst levert u een belangrijke bijdrage aan **medisch-wetenschappelijk onderzoek**.

Bij voorbaat hartelijk dank voor uw bijdrage!
 Met vriendelijke groet, namens het NTR-team,





Drs. Jorien Treur - Dr. Jacqueline Vink - Prof. dr. Dorret Boomsma

FACULTEIT DER PSYCHOLOGIE EN PEDAGOGIEK	BEZOEKADRES Van der Boeorchorststraat 1 1081 BT Amsterdam	POSTADRES Van der Boeorchorststraat 1 1081 BT Amsterdam
--	--	--

05/06/2014

Cafeïne inname en suikergebruik



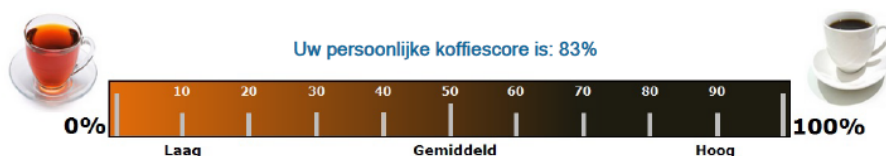
Deze rapportage is gebaseerd op een vragenlijst die u heeft ingevuld in 2013

Koffie en thee



Nederlanders drinken over het algemeen veel koffie. Er zijn echter wel individuele verschillen; de ene persoon drinkt bijvoorbeeld niet meer dan 2 koppen koffie per dag terwijl de ander minstens 8 koppen drinkt. Daarnaast vinden sommige mensen koffie helemaal niet lekker en drinken liever thee.

In onze vragenlijst vroegen wij om aan te geven hoeveel u van verschillende drankjes dronk. Voor elke deelnemer hebben wij een persoonlijke 'koffiescore' bepaald door het aantal koppen koffie per dag te delen door het totaal aantal koppen koffie én thee per dag. Hoe hoger dit percentage, hoe sterker de voorkeur voor koffie boven thee.



Iemand die alleen koffie drinkt en geen thee scoort 100% (koffieleut) en iemand die alleen thee drinkt en geen koffie scoort 0% (theeleut). In alle andere gevallen ligt de score ergens tussen deze twee uitersten. De mannen in onze studie dronken iets meer koffie dan de vrouwen: mannen hadden gemiddeld een koffiescore van 68%, terwijl de vrouwen gemiddeld een score van 59% hadden.

Cafeïne

Cafeïne zit niet alleen in koffie en thee, maar ook in cola, chocolademelk en energiedrankjes. Daarom hebben we in de vragenlijst ook vragen gesteld over andere dranken. Op basis van uw antwoorden hebben we bepaald hoeveel cafeïne u per dag binnenkrijgt.



Per dag krijgt u 834 mg cafeïne binnen via de dranken die u drinkt.

Van de NTR deelnemers kregen de mannen gemiddeld 329 mg cafeïne binnen per dag, en de vrouwen 298 mg. Mensen die merken dat ze gevoelig zijn voor cafeïne kunnen zich het beste beperken tot maximaal 400 mg cafeïne per dag. Dat komt neer op bijvoorbeeld vijf koppen koffie of vier koppen koffie en twee koppen zwarte thee.

Suikerhoudende dranken

Elke dag krijgen wij suiker binnen via ons voedsel. Wat veel mensen zich echter niet realiseren is dat we ook suiker binnen krijgen via de dranken die we drinken. Op basis van uw antwoorden op de vragenlijst hebben we berekend hoeveel suiker u, via deze dranken, per dag binnenkrijgt.

Per dag krijgt u 100 kcal aan suiker binnen via de niet-alcoholische dranken die u drinkt.

Van de deelnemers aan dit onderzoek krijgen de mannen per dag gemiddeld 205 kcal aan suiker binnen via dranken, en de vrouwen 137 kcal.



Naast de suiker die al standaard in dranken zit, gooien we er ook nog wel eens een scheepje bij. Mannen blijken daarbij scheutiger dan vrouwen: 37% van de mannen gebruikt wel eens suiker in de thee of koffie, tegenover 17% van de vrouwen. Naast suiker wordt ook wel gebruik gemaakt van zoetjes (kleine pilletjes met een calorieloze zoetstof dat suiker kan vervangen): 22% van de mannen gebruikte wel eens zoetjes in de koffie of thee, tegenover 18% van de vrouwen.

Favoriete dranken

In de onderstaande tabel ziet u de wekelijkse consumptie voor elk van de soorten non-alcoholische drankjes waarnaar werd gevraagd in de vragenlijst. U ziet per soort drank het aantal glazen of koppen per week dat u zelf rapporteerde en daarnaast de gemiddelde inname voor mannen en vrouwen.

Dranken	Uw antwoord	Mannen	Vrouwen
1. Koffie	70	27.9	24.8
2. Thee	14	14.4	19.8
3. Water	28	8.7	16.2
4. Zuivel	7	7.5	7.2
5. Vruchtensap/fruitdrink	0	3.9	3.3
6. Cola	0	.9	.4
7. Frisdrank (Overig)	0	1.4	.8
8. Energie-/sportdrink	0	.1	0

NB: we hebben nog niet alle gegevens van dit onderzoek binnen, de gemiddelde cijfers van NTR deelnemers in deze rapportage kunnen dus nog wijzigen.